



区のマーク

# みなみ

保健福祉センターだよりは月1回、15日号に掲載



271,252 人 (-142)  
男125,414人 女145,838人



136,360 世帯 (-43)  
令和6年10月1日現在推計(前月比)

☎ = 電話    📠 = ファクス    👤 = 対象    👤 = 定員    💰 = 料金、費用    🗳 = 持参    📄 = 申し込み    ✉ = メール



たなか かなさん  
(3歳) 作

※年齢は応募時のものです

似顔絵募集中

応募方法は区ホームページを見てね。

すてきな似顔絵  
ありがとう！



区の広報担当キャラクター  
「ため蔵」くん

区役所代表電話

☎561-2131

区ホームページ

福岡市南区

検索

〒815-8501

南区塩原三丁目25-1

窓口受付時間:

午前8時45分～午後5時15分  
(土日・祝休日・年末年始を除く)

## パートナー花壇に 登録しませんか

お知らせ

「一人一花パートナー花壇制度」とは、お店や会社、自宅等の花壇などを「一人一花パートナー花壇」として登録し、地域の絆を深めていくことを目的とした制度です。



一人一花  
ロゴマーク

通りに面し、多くの人に見てもらえる場所にある花壇が対象で、南区では72の個人・団体が登録しています。

登録すると▷オリジナルプレートの配布▷育てた花の写真や花壇の場所を一人一花のホームページや南区公式エックスなどで紹介▷一人一花運動に関する「お役立ち情報」の配信一などの特典があります。

花いっぱいの彩りのあるまちづくりに参加してみませんか。

申請等についての詳細は、区ホームページ(「福岡市南区 パートナー花壇」で検索)で確認するか、下記担当課にお問い合わせください。

☎区企画振興課 ☎559-5016  
📠559-5014



スマホは  
こちらから

## よかトレ実践ステーション 登録施設の紹介

お知らせ

市は、介護予防に効果的な体操「よかトレ」を実践している団体を「よかトレ実践ステーション」として認定しています。



中村病院クローバーホール(老司三丁目)では、毎月第4水曜日(及び不定期実施)の14時から40分程度、無料でよかトレを行っています=写真=。どなたでも参加可能です。



他にも、南区には約140カ所のよかトレ実践ステーションがあります。よかトレで生活習慣病・認知症・ロコモティブシンドロームを予防しましょう。

お近くのよかトレ実践ステーションや開催日などの詳細は、市ホームページ(「福岡市 よかトレ」で検索)でご確認ください。

☎区地域保健福祉課 ☎559-5133  
📠559-5135



スマホは  
こちらから

## 11月30日は 人生会議(ACP)の日です

お知らせ

「人生会議」(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)とは、もしものときのために、自分が望む医療やケアについて、家族や医師などと話し合い、共有することをいいます。



若い人や今は元気な人でも、いつ命に関わ



校区住民や学生ボランティアなど約110人が参加しました



アプリから簡単にポイントを受け取ることができます

市では、地域活動などに参加した人が、ポイントをとため、市の施設等で利用できる「ふくおかポイント」の実証を行っています(本紙3面に関連記事)。南区では、塩原校区が参加しています。

◆「53あつめ大作戦」から実証を開始

同校区で、6月に、塩原小学校近くの那珂川河川敷広場でごみを拾う

活動に参加した河端あずさは「二次元コードをスマートフォンで読み取るだけで、ふくおかポイントを簡単に受け取ることができました。他の地域活動にも参加して、楽しく『ポイ活』をしていきたいです。たまった

ポイントには、親子で参加できるイベントなど子どもも喜ぶ特典に交換したいと思います」と話しました。

☎711・4093  
📠733・5582

事務局

ふくおかポイント事務局

塩原校区自治協議会会長の帆足順一さんの話

参加者の皆さんは楽しみながら、ポイントをためられていくようです。ふくおかポイントのことを聞いて参加した方もいました。今後校区の皆さんから、ポイントの対象としてほしいイベントや事業についての意見を聞きながら、対象をさまざまな活動に広げていきたいです。地域活動に参加してくれる人が増えることを期待しています。

塩原校区自治協議会会長の帆足順一さんの話

参加者の皆さんは楽しみながら、ポイントをためられていくようです。ふくおかポイントのことを聞いて参加した方もいました。今後校区の皆さんから、ポイントの対象としてほしいイベントや事業についての意見を聞きながら、対象をさまざまな活動に広げていきたいです。地域活動に参加してくれる人が増えることを期待しています。

ポイントには、親子で参加できるイベントなど子どもも喜ぶ特典に交換したいと思います」と話しました。

る病気やけがに見舞われるか分かりません。元気なうちに自分の考えを整理し、共有しておくことは、これからの人生をより良く生きることにつながります。

11月30日(いい看取り・看取られ)は、人生会議の日です。区役所で配布している「マイエンディングノート」=写真=を活用して、信頼できる人と自分の将来について話し合ってみませんか。



☎区地域保健福祉課 ☎559-5132  
📠559-5135

## 12/10 人権を尊重する市民の 集い(南区会場)

参加募集

「部落問題と向き合う私たち～結婚差別を乗り越えて～」をテーマに講演を行います。講師は、石井眞澄(ますみ)さん・千晶(ちあき)さん=写真=です。人権について一緒に考えてみませんか。※手話通訳・要約筆記もあります。



後日、録画配信(申込必要)も行います。

☎午後2時～3時40分所南市民センター文化ホール☎区生涯学習推進課 ☎559-5172  
📠562-3824☎先着800人☎無料☎(録画配信のみ)12月15日(日)までに、区ホームページ(「人権を尊重する市民の集い 南区会場」で検索)で申し込み

詳しくは、ホームページでご確認ください。



スマホは  
こちらから

## ノロウイルスに関する お知らせ

1年を通して発生しているノロウイルス食中毒は、特に冬季に多く発生します。次のポイントに注意して食中毒の発生を防ぎましょう。



▷調理前には必ずせっけんで手を洗う(2度洗いが効果的)。

▷調理器具を殺菌するときは、塩素系漂白剤や熱湯を使う(アルコール消毒はノロウイルスに対して効果が低い)。

▷食品の中心部まで十分に加熱する。特に貝類での食中毒が多いため、取り扱いに注意する(85℃～90℃で90秒以上加熱する)。

### Zoomで講習会

### 餅つき大会での食中毒予防

年末の恒例行事の餅つきで、ノロウイルスによる食中毒がたびたび発生しています。餅つき大会での食中毒予防講習会をZoom(ズーム)で開催します。



☎12月5日(休)、19日(休)の各日午後3時30分(30分程度)☎区内の学校や地域の行事などで餅つきを計画している団体(営利目的でないこと)☎無料☎11月29日(金)までに、市ホームページ(「福岡市南区 餅つき 食中毒予防講習会」で検索)で申し込み



スマホは  
こちらから

☎南衛生課 ☎559-5162  
📠559-5159



### 区役所市民相談室を利用しませんか

市政に関することや日常生活の問題について、市民相談員や弁護士、司法書士に無料で相談できます。

①**市政相談（市民相談員への相談）**  
平日午前9時～午後5時 予約不要

②**法律相談（弁護士への相談）**  
毎週火曜日（祝休日や年末年始等を除く）の午後1時～4時 ※1人25分 先着6人 相談日の1週間前に当たる日（祝休日の場合は翌開庁日）の午前9時から電話で予約

③**司法書士相談**  
毎月第3木曜日（祝休日等を除く）の午後1時～4時 ※1人30分 先着6人 相談日の前月第3木曜日（祝休日の場合は翌開庁日）の午前9時から電話で予約

②③の利用には、期間や回数に限りがあります。詳しくは、区ホームページ（「福岡市南区 市民相談」で検索）でご確認ください。

区市民相談室 ☎559-5010 F559-5014

11/27 水 歳末防犯大会

参加募集

区は、防犯意識を高めてもらうために、福岡南防犯協会、福岡南交通安全協会、南警察署と「歳末防犯大会」を行います。

当日は、青パト贈呈式や講話、演劇などを行います。誰でも無料で参加できます。

午後2時～3時30分 南市民センター  
区総務課 ☎559-5063 F561-2130

### 公民館でマイナンバーカードの申請ができます(予約制)

マイナンバーカード申請出張サポートを行います（要予約）。

カードを持っている人には、マイナ保険証の利用申し込みや口座登録のサポートを行います（予約不要）。開催日時・場所（公民館）の確認や予約は、下記問い合わせ先に電話するか、市ホームページ（「福岡市マイナンバーカード申請出張サポート」で検索）で行ってください。

市マイナンバーカード総合コールセンター（毎日午前9時～午後6時） ☎600-2402 F06-7664-9531 区内に住んでいる人（お住まいの校区以外でも申し込み可） 無料

### 12月は歳末たすけあい運動期間 赤い羽根共同募金

「歳末たすけあい募金」は、子育てサロン、交通遺児や里親会、障がい児・者の自立など、幅広い支援事業や福祉活動に役立てられます。募金を通して支援しませんか。

●**募金の方法**  
寄付口座への振り込み、区社会福祉協議会（区役所別館）の窓口への持ち込みなど。  
※年内の持ち込みは12月27日(金)まで。  
詳しくは、ホームページ（「福岡市 赤い羽根」で検索）でご確認ください。

福岡県共同募金会福岡市支会 ☎720-5350 F751-1509



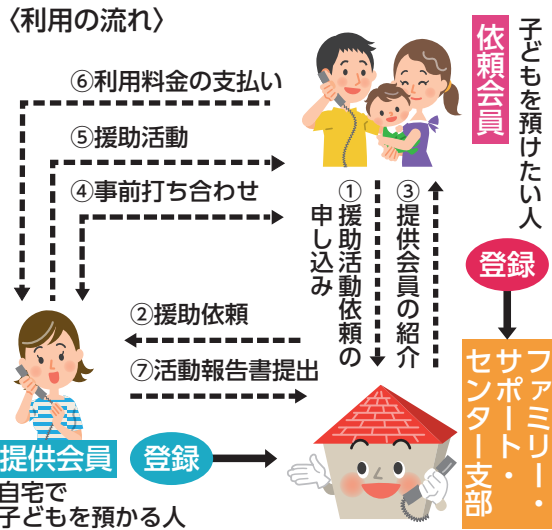
### ファミリー・サポート・センターを利用しませんか

「ファミリー・サポート・センター」は、「依頼会員」（子育てを応援してほしい人）と「提供会員」（子育てを応援したい人）が地域の中で支え合う、会員制の相互援助活動です。

依頼会員は、子どもを預かってほしいときや保育園等への送り迎えをお願いしたいときなどに制度を利用できます（1時間当たり600円～800円）。1時間程度のビデオ講習を受講後に、依頼会員の登録ができます。

また、提供会員は、特別な資格がなくても3日間の講習を修了すると登録ができます。詳しくは、以下の連絡先へ問い合わせるか、ホームページ（「福岡市 ファミリーサポートセンター」で検索）でご確認ください。

福岡ファミリー・サポート・センター南支部（区社会福祉協議会内） ☎511-4746 F557-4068



## 保健福祉センターだより

【問い合わせ・申込先】  
①集団健診・よかドック総合窓口 ☎0120-985-902 F0120-931-869 ②健康課健康づくり係 ☎559-5116 ③健康課母子保健係 ☎559-5119 ④健康課企画管理係 ☎559-5114 ②～④共通 F541-9914 ⑤地域保健福祉課 ☎559-5133 F559-5135 ⑥市保健所感染症対策課 ☎791-7081 F406-5075 ⑦市保健所精神保健・難病対策課 ☎711-4377 F791-7354



| 種 類            | 実 施 日                                                                                                                                           |                |                | ☎=受付時間<br>☎=実施時間 | 予 約 | 対象者・料金・場所等<br>費用の記載がないものは無料、場所の記載のないものは区保健福祉センターで実施                                                                             | 問 答                     |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------|------------------|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|
|                | 11月                                                                                                                                             | 12月            | 1月             |                  |     |                                                                                                                                 |                         |
| よかドック(特定健診)    |                                                                                                                                                 |                |                |                  | 要   | 関40～74歳の市国民健康保険被保険者 料500円 関国民健康保険証、受診券                                                                                          |                         |
| がん検診           | 27(水)                                                                                                                                           | 11(水)<br>20(金) | 17(金)<br>31(金) | 関8:30～10:30      | 要   | 【胃がん】 関40～69歳 料600円 【大腸がん】 関40歳以上 料500円<br>【子宮頸がん】 関20歳以上女性 料400円 【乳がん】 関40歳以上女性 料40歳代1,300円、50歳以上1,000円 ※子宮頸がん、乳がん検診は2年度に1回受診可 | 申<br>↓<br>①・問<br>↓<br>② |
|                |                                                                                                                                                 |                |                |                  | 要   | 関 料40～64歳500円、65歳以上無料。喫煙者など一定の条件に該当する50歳以上のハイリスクの人が対象の喀痰(かたん)細胞診検査は別途700円                                                       |                         |
| 骨粗しょう症検査       |                                                                                                                                                 |                |                |                  | 要   | 関40歳以上 料500円 ※骨粗しょう症で治療中または経過観察中の人を除く                                                                                           |                         |
| 離乳食教室          | 第3金曜日                                                                                                                                           |                |                | 関13:30～15:00     | 要   | 関生後4～6カ月の赤ちゃんとその保護者                                                                                                             |                         |
| 離乳食相談          | 22(金)                                                                                                                                           | 2(月)<br>13(金)  | 15(水)<br>24(金) | 関10:00～14:45     | 要   | 離乳食についての個別相談                                                                                                                    | ②                       |
| 栄養相談           | 18(月)                                                                                                                                           | 6(金)<br>24(火)  | 8(水)<br>27(月)  | 関10:00～14:45     | 要   | 乳幼児や高齢者、生活習慣病予防などの食生活についての個別相談                                                                                                  |                         |
| マタニティスクール      | 22(金)                                                                                                                                           | 4(水)<br>24(火)  | 8(水)<br>24(金)  | 関13:30～15:00     | 要   | 関区内に住む妊婦 関母子健康手帳 申12月分は11月19日(火)午前10時から受付開始                                                                                     | ③                       |
| 献血             | 【11月】▷23日(土・祝)10:00～12:30、13:30～16:00＝長丘小学校<br>関男性：17～69歳、女性：18～69歳(男女ともに体重50kg以上) ※65歳以上は、60～64歳の間に献血経験がある人                                    |                |                |                  |     |                                                                                                                                 | ④                       |
| 母子巡回健康相談       | 【11月】▷25日(月)＝東花畑公民館、塩原公民館<br>【12月】▷17日(火)＝長丘公民館▷18日(水)＝横手公民館▷19日(木)＝若久公民館▷20日(金)＝高木公民館、玉川公民館<br>関乳幼児と妊産婦 関13:30～14:00 ※東花畑公民館、高木公民館のみ9:30～10:00 |                |                |                  |     |                                                                                                                                 | ⑤                       |
| B型・C型肝炎ウイルス検査  | 第2火曜日                                                                                                                                           |                |                | 関9:30～11:00      | 一   | 関市内に住む20歳以上で、過去に検査を受けたことがない人                                                                                                    | ⑥                       |
| エイズ・クラミジア・梅毒検査 | 第2・4火曜日                                                                                                                                         |                |                | 関9:30～11:00      | 一   | 匿名での検査                                                                                                                          |                         |
| 心の健康相談         | 第4水曜日                                                                                                                                           |                |                | 関9:30～11:00      | 要   | 精神科医が対応                                                                                                                         | ⑦                       |
|                | 第2木曜日                                                                                                                                           |                |                | 関13:30～15:30     |     |                                                                                                                                 |                         |

▶集団健診・よかドック総合窓口への予約(9:00～17:00)は、健(検)診の10日前(土・日曜・祝休日を除く)までにしてください。予約なしの当日受診はできません。  
▶胃がん検診は前日午後9時以降は飲食できません。70歳以上の方はバリウムの誤嚥(ごえん)や、透視台からの転倒等のリスクがあるため医療機関で受診してください。  
▶よかドック・がん検診・骨粗しょう症検査は、70歳以上および市県民税非課税世帯等の人は料金が免除されます(証明書等が必要)。詳しくは②へお問い合わせください。